



{multithumb}

Każdy z nas może znaleźć się w sytuacji, kiedy trzeba będzie udzielić komuś pierwszej pomocy. Jak zachować trzeźwy umysł i jak pomóc poszkodowanemu? Na te i inne pytania odpowiedzi szukali uczniowie klasy V a i V b. Na lekcjach techniki doskonalili swoje umiejętności wzywania pomocy i jak najszybszego podjęcia czynności podstawowych resuscytacji krążeniowo-oddechowej. W rytm piosenki zespołu Bee Gees „Stayin’ Alive” najlepiej przywracać puls.

Piosenka nie tylko wyciszy nasze emocje. Rytm tego utworu pomaga wykonać odpowiednie uciski klatki piersiowej przy zatrzymaniu krążenia. Powinno być ich 100 na minutę, bądź więcej. Pamiętajmy, żeby uciskać głęboko i szybko, pośrodku klatki piersiowej. Jeśli będziemy wolno uciskać, masaż będzie nieskuteczny. Idealnie byłoby, gdybyśmy wykonali 30 uciśnień i 2 wdechy. Pamiętajcie! Szybkie podjęcie działań związanych z pierwszą pomocą znacznie zwiększa szanse na uratowanie życia i zdrowia poszkodowanemu.